

機能訓練についての質問の返答

【週に何回、何時間くらい行って頂けるのでしょうか？】

現在、理学療法士（以下 PT）が介入する個別訓練と日常生活の中で介護士によって行われる生活機能訓練というものや、新型肺炎が収束しましたら集団でのリハビリも実施できたらと考えております。

【介護士が行う生活機能訓練とは】

更衣、入浴、排泄、整容、食事など日々の生活動作をこちらでもサポートさせて頂きながら、ご自身で行える動作は少しずつでも行う訓練になります。

上記の生活機能訓練ですと、日々の動作が訓練のような状態と考えて頂けたらと思います。毎日の少しずつの積み重ねを行い、現在行えている動作を継続して行えるようにしていくのを目的としています。

【PT による訓練につきまして】

基本的には1回20分とし、その方の身体機能の状態に合わせて頻度を変える形をとらせて頂きたいと考えております。

〇〇様は現在、リクライニング式の車椅子をご使用されています。現状の身体機能を考えますと PT による個別訓練にて硬くなってきている下肢や腰まわりの柔軟性を少しずつ改善させながら腹部筋や背部筋を強化、ご自身で普通型車椅子での座位が保てるようになればと考えております。また、〇〇様のお好きな歌やその他興味を示されるもので訓練も実施していこうと考えております。

【本人が楽しく現状維持できるような訓練は可能ですか？】

昔のお話をお伺いしながら、興味を示していただける対象や方法を探しながら様々な訓練を行っていきたいと考えております。

現在検討している訓練としては、

- ・ 下肢やお腹周囲の筋力維持、向上に必要な基本的な訓練
- ・ 新型肺炎が収束しましたら、他入居者様との交流を含んだ集団訓練
- ・ 普段の生活動作（食事、着替え、整容など）の際にサポートをさせて頂きながら、可能な部分はご自身で行い、できることを減らさないようにしていく。

上記のように考えております。

以前から興味関心があることや、新しく興味の幅が広がり楽しいと感じて頂ける訓練を行い、身体機能向上とともに南清苑での生活が充実したものになるよう、努めて参ります。

【リハビリと機能訓練は違うのですか？】

リハビリテーションと機能訓練につきまして、言葉の違いはありますが訓練内容に関しましては、大きな相違はないと考えております。

現在検討している訓練としては、

- ・ 下肢やお腹周囲の筋力維持、向上に必要な基本的な訓練や歩行訓練
- ・ 新型肺炎が収束しましたら、他入居者様との交流を含んだ集団訓練
- ・ 普段の生活動作（食事、着替え、整容など）の際にサポートをさせて頂きながら、可能な部分はご自身で行い、できることを減らさないようにしていく。

上記のように考えております。

また、認知機能の低下を防ぐためにも興味を示される方法にて認知機能訓練も並行して実施しご自身で行えていることを継続しながら充実した生活となるよう努めて参ります。

先日の晴天時には施設敷地内にて散歩を行い、花壇のお花をとっても楽しまれておりました。今後、リハビリの一つとして皆さんで植物などを育てることなども考えております。